Martes 1 de abril del 2025 | Año 40 | N° 14.859 | Director (i): Carlos Salinas Guerrero

el Popular

www.elpopular.pe

S/1.00 Diario 0.75, Lámina 0.25
VÍA AÉREA: S/1.50 Diario 1.25, Lámina 0.25

POLICÍA INTERVINO A 62 EXTRANJEROS EN PLENA JUERGA EN SJ DE MIRAFLORES

- Según la Policía, pertenecen a facción del Tren de Aragua, dedicada en el país a las extorsiones y venta de narcóticos.
- De los arrestados, 61 son venezolanos, entre ellos 22 mujeres, y un ecuatoriano. PÁGINA 2

TENÍAN ARMAS, MUNICIONES Y DROGAS EN DISCOTECA

VA POR EL TRIUNFO

Alianza debuta hoy en la Copa Libertadores contra Libertad. PÁG. 10

TIENE MIEDO DE MORIR

Christian Domínguez usa chaleco antibalas y contrató seguridad para su orquesta. PÁG. 7

SE HACEN LLAMAR LOS PIRATAS, NUEVA GENERACIÓN Y TODOS SON EXTRANJEROS


SERÍAN DE PRESUNTA FACCIÓN DEL TREN DE ARAGUA.

LA POLICÍA INTERVINO DE MADRUGADA LA DISCOTECA AQUA SUR CON MÁS DE 60 EXTRANJEROS EN PLENA JUERGA.

Caen más de 60 en discoteca

✚ Detenidos en discoteca de SJM contaban en su poder con armas, municiones y drogas. ✚ Serían de facción del Tren de Aragua dedicada a las extorsiones.

Rosario Rojas / Omar Lozano

Durante un operativo combinado de la Policía Nacional, encabezado por la Dirección de Investigación Criminal (Dirincri), se logró la captura de 62 personas en la discoteca Aqua Sur, en la cuadra 9 de la av. San Juan, en San Juan de Miraflores.

Los detenidos, todos extranjeros, estarían vinculados a la banda criminal Los Piratas, Nueva Generación, presunta facción del Tren de Aragua, dedicada a la extorsión y tráfico de drogas en la capital.

Al respecto, el coronel Carlos Morales, jefe de la división de Homicidios, informó que durante la intervención se encontraron tres armas de fuego (dos pistolas y un revólver), municiones y diversas drogas, entre ellas marihuana, tusi y clorhidrato de cocaína. Además, en la internevnción se incautaron siete motocicletas y una imagen de la conocida Santa Muerte.

Se informó que entre los detenidos figuran 22 mujeres y 39 hombres de nacionalidad venezolana, así como un ecuatoriano.

Según la Policía, al momento de la incursión los sospechosos opusieron resistencia, obligando a las fuerzas del orden a violentar la puerta para ingresar al local.

EN INVESTIGACIÓN

Los detenidos fueron trasladados a la Unidad Especializada de Homicidios para las diligencias correspondientes.

El coronel Morales precisó que las armas decomisadas serán sometidas a peritajes balísticos para determinar si fueron utilizadas en crímenes recientes en Lima u otras regiones del país, ya que muchos de los capturados serían avezados delincuentes con prontuario policial y también ingresos a la cárcel en sus países de origen.

Finalmente, en la intervención estuvo personal de fiscalización de San Juan de Miraflores, que clausuró el establecimiento nocturno Aqua Sur.

AHORA A COLEGIO PITÁGORAS DE LOS OLIVOS

Siguen las extorsiones



PADRES DE FAMILIA EXIGEN MAYOR SEGURIDAD.

Padres de familia del colegio Pitágoras de Los Olivos denunciaron que los dueños y trabajadores de la institución educativa vienen recibiendo amenazas. El temor entre los apoderados creció, luego de que los extorsionadores ingresaran al aula virtual en la que se venían dictando las clases para amenazar a los profesores. Cuando muchos de los padres pensaron que las cosas se habían calmado, una vez más, los delincuentes volvieron a amedrentar a las autoridades del plantel, quienes pidieron el retorno a las enseñanzas a distancia, ya que no quieren poner en riesgo a ningún alumno. Tras el acuerdo al que llegaron el Ministerio del Interior (Mininter) con el alcalde de Los Olivos, Felipe Castillo, se espera que el denominado Plan Celador, pueda implementarse en los diversos colegios y proteger a la comunidad educativa. (O.L.)

ENTRARON POR FORADO EN GALERÍA

Roban en 12 negocios


LADRONES ESTUVIERON AL MENOS UNA HORA DENTRO DE LA GALERÍA PLAZA REAL.

Un violento asalto sacudió la Galería Plaza Real en el Cercado de Lima, donde delincuentes ingresaron tras hacer un forado desde una vivienda contigua y lograron llevarse celulares de alta gama y dinero de al menos 12 negocios.

Las imágenes de seguridad muestran a los sujetos cargando costosos iPhones dentro de bolsas de rafia, mientras saqueaban los stands comerciales. La Policía estima que los hampones permanecieron dentro del recinto al menos una hora. (O.L.)

el Popular
Martes 1 de abril del 2025
Año 40 | Nº 14.859
Director (i): Carlos Salinas Guerrero
Es una publicación de: Grupo La República Publicaciones S.A.
Jr. Camaná 320, Cercado de Lima. Teléfono: 711-6000. Fax: 711-6026.

EL VIERNES HABÍAN FALLECIDO TRES Y AYER DOS MÁS

Se eleva a 5 los muertos tras atentado contra la Poderosa

✚ Los ataques habrían sido perpetrados por mineros ilegales en Pataz.

Sergio Verde / Omar Lozano.

PATAZ. La violencia en la zona minera de esta provincia de la región La Libertad, sigue causando muertes en la zona, puesto que tras los dos últimos ataques ocurridos el pasado viernes 28 de marzo por parte de mineros ilegales, ya son 5 los fallecidos.

Es que ayer se informó del deceso de otros dos trabajadores de la Poderosa, que se suman a los tres que perdieron la vida el viernes último.

Se sabe que fueron en total diez los heridos tras la emboscada en la quebrada de La Ciénaga, según el coronel PNP Javier Arana, jefe de la División de Orden Público y Seguridad (Divopus).

"Se ha producido la voladura de una torre en la que también ha fallecido una persona en el lugar. Y posteriormente ha habido un atentado contra un vehículo de transporte donde habían mineros de una empresa y personal de seguridad. Hasta el momento son cinco fallecidos: trabajadores de la mina y personal de seguridad", dijo la autoridad policial.

Las personas fallecidas fueron identificadas como Alexander Galarza Huachihuaco, de 32 años; Edikso Jiménez Peña, de 20 años; Jean Lennin Chávez Miranda, de 29 años; y William Omar Seminario Puescas, junto con otro trabajador cuya identidad aún no fue confirmada.

De otro lado, el jefe policial agregó que la Policía tomó el control total de la zona afectada y están llevando a cabo las investigaciones correspondientes para identificar a los responsables de los atentados en Pataz.



FOTO: SERGIO VERDE

ATENTADOS EN MINERA DE PATAZ SIGUE COBRANDO VÍCTIMAS.

Más policías

Arana refirió que las autoridades del Estado y el empresariado crearán un complejo policial en el distrito de Pataz, donde los agentes podrán realizar trabajos de investigación y operativos.

MINISTERIO PÚBLICO POR SUERO DEFECTUOSO

Investigan muerte de bebé



CRIATURA MURIÓ EN CLÍNICA SANNA.

El Ministerio Público informó que viene llevando a cabo diversas diligencias como parte de la investigación preliminar por el caso de la bebé de un año fallecida luego de recibir el suero fisiológico "defectuoso", observado por el Ministerio de Salud (Minsa) en la clínica Sanna en San Borja.

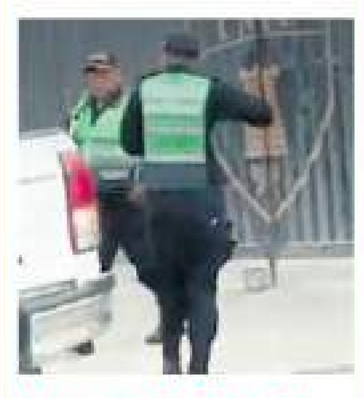
"La Segunda Fiscalía Corporativa de Miraflores-San Borja-Surquillo (Tercer Despacho) realiza, desde el 28 de marzo, diversas diligencias urgentes e inaplazables como parte de la investigación preliminar contra los que resulten responsables del delito de homicidio culposo en agravio de la menor de un año de edad, a quien se habría suministrado suero fisiológico", informó la Fiscalía a través de sus redes. (O.L.)

EN CORTO



MUERE TRAS DESPISTE DE SU MOTOCICLETA

Renzo Walter Briceño Santander (24), estudiante de Ingeniería Industrial, perdió la vida luego de despistarse en la motocicleta que conducía. El trágico accidente ocurrió en la vía expresa de Javier Prado Este, a la altura del puente de la av. San Luis en San Borja. Personal de Serenazgo reveló que, aparentemente, la víctima habría estado participando de los denominados "piques". (O.L.)



DEJAN GRANADA EN PENAL CASTRO CASTRO EN SJL

Una granada de guerra fue encontrada, por segunda vez, en la puerta del penal Miguel Castro Castro en San Juan de Lurigancho. Además, se informó que este hecho, incluyó un mensaje escrito dirigido a las autoridades de dicho centro penitenciario, en el que se denuncian desde hace mucho presuntos actos ilícitos al interior del recinto. (O.L.)



PESE A PAGAR 14 MIL SOLES, NUNCA LE DEVOLVIERON EL VEHÍCULO.

TRAS EL ROBO DE SU CAMIONETA

Extorsionador estafa a hombre con 14 mil soles

Un robo y una estafa sumieron en la desesperación a Donato Fernández, conductor que el pasado 20 de marzo, fue víctima del robo de su camioneta Hilux en Miraflores.

Al día siguiente del hurto, Fernández comenzó a recibir llamadas telefónicas de los delincuentes, que bajo amenazas de desmantelar su vehículo, le exigieron 15 mil soles a cambio de devolverlo.

"Me dijeron que iban a partirlo, a desmantelarlo. Comencé a dudar, pero me dieron dos números de cuenta y deposité 14 mil soles. Me prometieron que el carro me lo entregaban el sábado por la noche", refirió a Latina.

Sin embargo, el afectado dijo que pasó horas buscando el vehículo en diferentes puntos, bajo indicaciones de los hampones, aunque nunca lo encontró ni recibió ninguna explicación.

"Estuve buscando toda la noche, me dieron diferentes lugares y puntos, y hasta la fecha no me han entregado ni la plata ni el carro", agregó.

El caso actualmente es investigado por la División de Investigación Criminal (Depincri) de Chorrillos. (O.L.)

EN SAN JUAN DE MIRAFLORES

Roban en comedor popular

Un grupo de sujetos ingresó a robar en un comedor popular en el asentamiento Nuevo Milenio en San Juan de Miraflores.

Los criminales se llevaron todo lo que encontraban a su paso, como las ollas, productos y hasta los balones de gas, que usaban las madres de familia para preparar los alimentos en esta zona de Lima.

Tras este caso, una de las encargadas del local reveló que tuvieron que mudarse a otro lugar, ya que los hampones dejaron las chapas de las puertas en un pésimo estado, y no tienen dinero suficiente para reparar los daños de los delincuentes. (Silvana Quiñónez)


FOTO: SILVANA QUIÑÓNEZ

DELINCUENTES SE LLEVARON TODO.

LOTE DE CUATRO MIL UNIDADES DE LABORATORIO MEDIFARMA TODAVÍA NO LO ENCUENTRAN

No ubican sueros defectuosos

✚ Minsa indica que solución no fue distribuido en hospitales, pero sí en clínicas del país.

Muchos pacientes corren peligro al conocerse que el suero fisiológico defectuoso de Medifarma, que mató a cuatro personas y dejó otras 17 afectadas, continúa en circulación en el país.

Son 4000 unidades del suero fisiológico que no se pueden ubicar, según el viceministro de Salud, Ricardo Peña, este medicamento defectuoso no llegó a hospitales públicos y se distribuyó en clínicas. Y se comunicaron con los nosocomios que poseen unidades de ese lote.

Lo grave del asunto fue conocerse ayer, que la cantidad de sueros defectuosos sería mayor. Aunque Digemid reportó un lote de 10 mil unidades, la cifra real del suero mortal ascendería a 20 mil.

Se supo que hasta el 27 de marzo se logró retirar solo 16 mil unidades del mercado. Las otras 4000 unidades siguen sin ser ubicados, lo que representa un grave riesgo para la salud pública", indicó el viceministro de Salud.

"La lentitud de la Digemid es evidente. Aún no se han ubicado todos los sueros, lo cual es preocupante", agregó.


FOTO: EMMANUEL MORENO

LOS SUEROS FISIOLÓGICOS SIGUEN SIENDO UN PELIGRO DE MUERTE EN HOSPITALES Y CLÍNICAS DEL PAÍS.

DESABASTECIMIENTO

Marco Almerí, especialista en salud pública, reveló que la salida del mercado de miles de soluciones de suero, por estar defectuosos, podría generar una crisis de abastecimiento en breve.

"Ninguno de los frascos de suero de Medifarma se puede usar, aun si estuvieran en buen estado, porque ya no tienen registro sanitario", refirió en Buenos días, Perú. Esto implica la paralización de procedimientos médicos elementales como cirugías, partos, tratamientos por diarrea o infecciones.

Almerí indicó que en la práctica, hospitales, clínicas y centros médicos del país ya enfrentan una escasez crítica. "Se utilizan 50 mil frascos de suero al día. Entre ayer y hoy, los que no son de Medifarma se estarían agotando", aseguró.

Ante este complicado escenario, el especialista propuso dos salidas urgentes: la primera, sería la importación inmediata de suero desde países vecinos; y la segunda, se podría evaluar, lote por lote, los productos ya distribuidos por Medifarma, para separar los que sí podrían ser utilizados sin riesgo.

Cierren Medifarma

El Ministerio de Salud (MINSA), a través de la Dirección General de Medicamentos, Insumos y Drogas (DIGEMID), ordenó el cierre temporal del laboratorio Medifarma S.A. luego de confirmar que uno de sus productos incumplió con los estándares de fabricación.


PADRES DE ANGELITO MUERTO DENUNCIAN NEGLIGENCIA.

MENOR MURIÓ A CAUSA DE SUERO DEFECTUOSO

Exigen justicia por bebé

Los padres de la niña de un año, que falleció en la clínica Sanna tras suministrarle un suero defectuoso, denunciaron al nosocomio por negligencia en la atención. La familia exige justicia y formalizó la denuncia ante la Fiscalía de San Borja.

Indicaron que la menor ingresó a la clínica el 20 de marzo por emergencia debido a un cuadro de deshidratación y fiebre. Esperaban que su hija se recupere, pero su salud desmejoró cuando le pusieron suero fabricado por Medifarma.

Los padres pidieron la historia clínica de su hija, denunciando que la atención en la clínica fue mala. "Queremos justicia porque nuestra bebé solo entró por diarrea y terminó con muerte cerebral", dijeron los indignados padres.


FOTO: DIFUSIÓN

MÁS DEL 60% DICE MANEJA MUY MAL LA LUCHA CONTRA LA DELINCUENCIA.

SEGÚN ENCUESTA DE LA REPÚBLICA

Gobierno de Dina es el peor desde el 2016

El gobierno de Dina Boluarte es considerado el peor desde el mandato de Ollanta Humala (2011-2016) en materias vitales como la seguridad ciudadana, lucha contra la corrupción, salud pública, economía y educación. Así se desprende de la última encuesta de representación nacional del Instituto de Estudios Peruanos (IEP), investigación realizada con La República, entre el jueves 20 hasta el miércoles 26 de marzo. Ante la pregunta de cómo evalúa la forma en que Boluarte y su gobierno manejan la lucha contra la delincuencia, el 62% dijo que "muy mal". Así se desprende que no logró superar a ninguno de sus antecesores: Castillo, Vizcarra, Kuczynski y Humala.

SUSEL PAREDES EN CONTRA DE FRANJA EN MEDIOS

"Así son las dictaduras"


FOTO: ROSA QUINCHO

LEGISLADORA AFIRMA QUE PROYECTO DE LEY DE GOBIERNO ES OBLIGAR A LOS MEDIOS A PUBLICAR LOS HECHOS DEL ESTADO.

Como un acto de dictadura calificó Susel Paredes, el proyecto de ley que el gobierno de Dina Boluarte prepara para modificar la Ley de Radio y Televisión, que obligaría a los medios de comunicación a difundir las acciones de la Policía Nacional del Perú (PNP) y las Fuerzas Armadas en el marco de los estados de emergencia. "Así son las dictaduras. ¿Quién obliga a las empresas de comunicación a publicitar los hechos del Estado? Venezuela, Cuba, Nicaragua se encadenan a las emisoras particulares", refirió.

La congresista Susel Paredes aseguró que los medios de comunicación son empresas privadas que pagan impuestos y lamentó que el Ejecutivo busque disponer sus espacios a su antojo y sobre todo sin pago alguno.

SU USO SOLO ES LÍCITO CUANDO ES AUTORIZADO POR EL CLIENTE

Norma sobre las "llamadas Spam" ya entró en vigencia

✚ En caso de que continúen, se puede presentar denuncia ante Indecopi.

FOTO: ANDINA


NUEVO REGLAMENTO DEL GOBIERNO BUSCA REDUCIR LLAMADAS SPAM.

El reglamento de la Ley de Protección de Datos Personales está vigente desde ayer y podría ser la solución al problema de contestar una llamada telefónica conocidas como Spam de parte de un desconocido para ofrecerte una producto, servicio y publicidad.

El artículo 26 del texto sobre el tratamiento de datos para publicidad y prospección comercial, indica que el único escenario en que su uso es lícito es "cuando se obtiene el consentimiento de forma directa por parte del titular del dato personal".

Es así que los interesados en ofrecer sus servicios deberán realizar un primer contacto. "De no haberse logrado obtener el consentimiento, no es lícito realizar un nuevo contacto o tratamiento de datos personales".

La norma en consecuencia promete reducir drásticamente el número de llamadas spam que reciben los ciudadanos.

Sin embargo, en caso contrario, cualquier llamada, mensaje o tratamiento de información será considerado ilegal y los usuarios pueden denunciarlo ante Indecopi. (O.L.)



Obligadas a informar

Además, las compañías deberán informar de forma clara cuál es la base de datos utilizada para realizar el contacto y ofrecer un mecanismo sencillo, gratuito y rápido.

ALERTA EL SENAMHI PARA LIMA, PIURA, ENTRE OTRAS

Habrá lluvias intensas

FOTO: DIFUSIÓN

A TOMAR SUS PRECAUCIONES.

El Servicio Nacional de Meteorología e Hidrología (Senamhi) emitió una alerta ante la presencia de fuertes ráfagas de viento que afectarán diversas zonas de la costa peruana esta semana.

Este fenómeno climático persistirá hasta mañana 2 de abril, poniendo en alerta a varios departamentos del país.

Igualmente, se infomó que las regiones afectadas por las lluvias incluyen Áncash, Arequipa, Ica, La Libertad, Lambayeque, Lima, Piura y la Provincia Constitucional del Callao.

Según el pronóstico de Senamhi, las velocidades de los vientos oscilarán entre los 35 y 40 km/h, con ráfagas que podrían superar estos valores en algunos sectores de la costa norte.

EN CORTO

FAMILIA BUSCA A MUJER DE 64 AÑOS EN EL CALLAO

Patricia Mercedes Santisteban Villalobos, de 64 años, es buscada por su familia tras salir de su casa el domingo 30 de marzo en Magdalena del Mar, supuestamente con destino al supermercado Plaza Vea en Bellavista-Callao. Sebastián Navarro Santisteban dijo que su madre Patricia se retiró de su vivienda a las 12:48 de la tarde sin decir a dónde se iba. Sebastián se encuentra preocupado, ya que la última ubicación del celular de su madre, figura en el distrito de Bellavista. (O.L.)

INDECOPI LE IMPUSO MULTA DE S/5350

Veterinaria opera pierna equivocada a perrita

FOTO: DIFUSIÓN


VETERINARIA TIENE QUE ASUMIR SU RESPONSABILIDAD TRAS NEGLIGENCIA.

Un caso de negligencia médica generó indignación entre toda la ciudadanía, luego de que una veterinari de la capital fue sancionada por haber intervenido quirúrgicamente la patita incorrecta de una perrita. La Comisión de Protección al Consumidor 2 de Indecopi decidió multar a la clínica Centro de Especialidades Veterinarias, con 1 UIT, equivalente a S/5350. Esta sanción se impuso debido a que la clínica no ejecutó correctamente la cirugía de Bubba, al operar la pata posterior izquierda en vez de la derecha. Además, el fallo incluyó la orden de devolver el monto pagado por la cirugía, junto con los gastos adicionales incurridos para la curación de la mascota. (O.L.)

JAPÓN ACTUALIZARÁ PLAN DE PREVENCIÓN DE DESASTRES

Estiman que casi 300 mil morirían en megaterremoto

✚ Al sismo le podría seguir un tsunami peor que el de Fukushima en 2011.


FOTO: AFP

EL PAÍS DEL SOL NACIENTE SE PREPARA ANTE UN POSIBLE MEGATERREMOTO.

TOKIO. Unas 300 mil personas podrían morir en Japón en caso de que ocurra un megaterremoto seguido de un tsunami, según una nueva estimación realizada por las autoridades del país, que actualizaron la estimación anterior, realizada en 2012, después de la catástrofe de Fukushima.

Se informó que el gobierno japonés revisará su plan de prevención de desastres para designar áreas prioritarias en función del riesgo de inundación y desarrollará un nuevo plan de resiliencia para el período fiscal 2026-2030.

Los cálculos consideran un terremoto a lo largo de la fosa de Nankai, fosa submarina al sur del país de 800 kilómetros y que se extiende desde Shizuoka, al oeste de Tokio, hasta el extremo sur de la isla de Kyushu.

PERTENECEN AL TREN DE ARAGUA Y MS-13

EE.UU. deporta a El Salvador a 17 criminales


FOTO: AFP

EN EL SALVADOR ESTARÁ EN CÁRCEL DE MÁXIMA SEGURIDAD.

WASHINGTON. El gobierno de EE.UU. anunció que deportó a El Salvador a otras 17 personas, a las que acusa de pertenecer a las bandas criminales Tren de Aragua (TdA) y MS-13.

Por su parte, el presidente de El Salvador, Nayib Bukele, aseguró que todos los integrantes del nuevo grupo de personas deportadas al país centroamericano desde Estados Unidos, para que guarden prisión en una cárcel de máxima seguridad, son "asesinos y delincuentes".

CHRISTIAN DOMÍNGUEZ

ASISTE A CANTAR CON CHALECO ANTIBALAS

✚ Cantante fue visto con protección y contrató seguridad que usa armamento para su grupo. ✚ Teme por su vida tras muerte de cantante de Armonía 10.

Mario Palacios O.

Christian Domínguez prefiere prevenir antes que lamentar, por eso se viralizó un video en el que el cantante usa un chaleco antibalas antes de irse a un concierto con la Gran Orquesta Internacional, en el norte del país.

Las imágenes corresponden al sábado en Trujillo, cuando el cumbiambero ingresó al hospedaje donde se quedó con sus músicos por el show en el Golf Country Club de Trujillo.

"Si me han visto con el chaleco (antibalas) es por todo lo que ha sucedido, es un tema de seguridad. Creíamos que nos protegían las autoridades, pero era un saludo a la bandera. Con todo lo que ha sucedido nuestra familia es la más preocupada", comentó.

Esto ocurre después del atentado que sufrió Armonía 10, en el que falleció el intérprete Paul Flores. "Tenemos que invertir en seguridad, en personas con armamento, te compras chalecos, no estamos seguros", indicó en Instarándula.

AFECTA A TODOS

La ola de violencia no solo afecta a los cantantes, sino a toda la población. También a los empresarios y productores de eventos que son extorsionados y esto se refleja en una baja en los conciertos.

"Perjudica a la música todo este tema de la inseguridad. Los empresarios también están siendo extorsionados, ahora están haciendo menos bailes, fiestas, menos locales, tenemos que ingeniárnoslas para hacer cosas nuevas", comentó la actual pareja de Tarazona.

Corre por su cuenta

El cantante refirió que los empresarios que los contratan les ponen seguridad dentro del local donde se presentan, pero no fuera del recinto. "No es seguridad que esté con pistola, eso no te lo brinda ningún empresario, corre por nuestra cuenta", aclaró.

INSTARÁNDULA

"WACHIMÁN" TAMBIÉN PROTEGE A SUS COMPAÑEROS DE LA GRAN ORQUESTA.

EVELYN VELA

"NO SE PUEDE TAPAR EL SOL CON UN DEDO"

✚ Iqueña le dice mentirosa a Melissa Klug.


INSTAGRAM

Evelyn Vela tildó de pinocha a su ex amiga Melissa Klug por las declaraciones que dio en El valor de la verdad, pues ella no le cree nada y dice ser testigo de una conversación de la chalaca con Cueva.

"A veces no se puede tapar el sol con un dedo. A mí no me consta si han tenido algo, personalmente yo no los he visto juntos. Una vez vi una llamada que hicieron por video y cuando Melissa me pone en el video, el chico se escondió", refirió.

La conocida Reina del Sur reveló saber que Cueva le hizo un regalo a Melissa y no era una cartera, como indicó la chalaca en El valor de la verdad, pero sí de otros costosos presentes.

"Todas las cosas salen a la luz, no hay mentira perfecta, ella se jacta diciendo que hablo de ella y me cuelgo de ella. Los regalitos llegaban a cada rato, ella me contó que él (Cueva) le regaló un par de zapatos". (M.P.)

RODRIGO CUBA

NO VAN MÁS JUNTOS

✚ Futbolista terminó con Alexandra Venturo.

Después de varias idas y venidas, finalmente Rodrigo Cuba anunció su separación de Alexandra Venturo, según indicó en un comunicado, el distanciamiento con la madre de su segundo hijo fue en buenos términos.

"Alexandra siempre será mi familia porque nos une nuestra hija. Sobre los motivos de nuestra separación, son personales y solo los manejaré en el ámbito privado por respeto a nuestras hijas y la familia", publicó el futbolista.


INSTAGRAM

RELACIÓN DURÓ TRES AÑOS.

Sorprende la ruptura, ya que hace unas semanas la pareja estuvo en un podcast, en el que Ale habló de la posibilidad de ser padres otra vez.

"Ese programa (El valor de la verdad) es un fraude". Rodrigo González.

Se la jura a chalaca

Pamela Franco no se quedó callada mandó a callar a Melissa Klug en sus r sociales. ¡Dios mío! La casa de la com por favor, ya tienen una integrante m escribió al inicio. Señora, ubíquese p piedad. Usted no existía en mi vida", escribió.

MELISSA KLUG

CONFIRMÓ QUE TUVO ENCERRONA CON CUEVA

✚ Admitió en EVDLV que futbolista la coqueteaba y dio insólita explicación de cuando le dijo "esa cosita es mía". ✚ Negó tener romance con pelotero.

Mario Palacios O.

Melissa Klug se limpió de cualquier vínculo íntimo con Christian Cueva en El valor de la verdad y contradijo lo que reveló semanas atrás Pamela López en el sillón rojo, cuando acusó a la chalaca de ser la amante de su esposo.

La Blanca de Chucuito respondió 20 preguntas y se llevó 25 mil soles, confirmando que Christian Cueva la coqueteaba y estuvieron en un Airbnb.

"Los Airbnb son para juergas. Él me llamaba y me decía, 'ven'. Yo iba con mi manada (con sus amigos)", contó de la reunión del 2019.

La chalaca le dijo a Beto Ortiz haber sido confidente de Cueva, quien le contaba sus penas de amor. Eso sí, negó que hayan tenido relaciones sexuales.

Y sobre los mensajes cómplices, cuando Cueva le dice, "esa cosita es mía", la ex de Farfán tuvo una respuesta curiosa.

"Estábamos compartiendo y tenía una esclava, me la regaló. En una reacción de mi Instagram, me pregunta si esa cosita es mía, obvio, la esclava era suya", refirió.

DUDAN DE PROGRAMA

Se puso en duda la veracidad del programa en la pregunta 12 cuando le preguntan: ¿Se casó Cueva con Pamela López al enterarse de que Pamela Franco estaba embarazada? Y Melissa dice, s Sin embargo, las f no coinciden, Cueva pez se casaron en di bre del 2019 en Tru Pamela Franco an estar embarazada lio del 2020 y dio a l marzo del 2021.

De otro lado, Klug a López de haber si fiel a Cueva, inclus que la trujillana tu affaire con Tenchy cuando era pare Sara Manrique.

ESTRELLA BERECHE

"TIENE IMAGEN DE MENTIROSA"

✚ Cantante asegura que a Pamela Franco le persigue fama de pinocha y problemática.

La ex Alma Bella no suelta a Pamela Franco, pues asegura que la cumbiambera tiene reputación de mentirosa y problemática, ya que le hizo la vida imposible cuando ambas formaron parte de la agrupación femenina.

Así lo dio a conocer Estrella Bereche en el podcast Rondón Tolón, que se emite en el canal de YouTube de **el Popular**, en el que el conductor Ricardo Rondón le pregunta si Franco tiene fama de mentirosa.

"Sí, ella misma se está dando esa imagen desde la conversación con la esposa (Pamela López) de este señor (Christian Cueva) y le negó todo, luego salió aceptándolo, entonces de qué estamos hablando", expresó.

Estrella Bereche descartó que haya salido con hombres casados, como sí lo hizo Pamela Franco, a quien calificó de conflictiva e insoportable cuando cantaban en Alma Bella años atrás.

"No había un buen ambiente laboral con Pamela, cuando trabajábamos en Alma Bella era incómodo viajar con ella, no tenía amabilidad conmigo, era poco profesional en el escenario. Yo cantaba sola, ella no hacía los coros. Yo era joven, opté dejar la agrupación por mi tranquilidad", refirió. (M.P.)

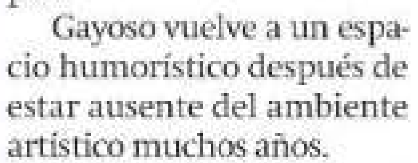


LE CANTA SUS VERDADES A CUMBIAMBERA.

ÓSCAR GAYOSO

VUELVE A LA TELEVISIÓN

Pega la vuelta. El actor cómico Óscar Gayoso regresará a la pantalla chica con el programa Humor Recargado, nueva propuesta de humor que apostará por lo clásico, por los sketches y saldrá por Panamericana Televisión este sábado 5 de abril, a las 7:00 p.m.



Gayoso vuelve a un espacio humorístico después de estar ausente del ambiente artístico muchos años.

Junto al popular Jaimito Baby, estarán conocidos rostros de la pantalla chica y bailarinas, entre ellas la Cocotera Paola Ruiz. Recordemos que juntos estuvieron en los inicios de lo mejor de Risas de América y después en Recargados de risas.

Se supo que en estos días grabarán el primer programa de Humor Recargado, que saldrá a competir todos los sábados con El reventonazo de la chola. (M.P.)

Por un grito de Libertad

ALIANZA DEBUTA HOY EN LA COPA LIBERTADORES CONTRA EL GUMARELO

Choque por el grupo H empieza a las 21:00 horas en el estadio de Matute.

Tras el sinsabor del partido con ADT por la Liga 1 que terminó con derrota de 3-0, Alianza Lima ahora se centra únicamente en su partido de hoy, en el que debuta en la Copa Libertadores recibiendo la visita en su estadio de Matute a Libertad, a partir de las 21:00 horas.

En el cuadro que dirige el Pipo Gorosito, todas las ilusiones de los hinchas están centradas en Carlos Zambrano, Pablo Ceppelini y Hernán Barcos, para la primera victoria y así empezar a sumar también chances para llegar a la segunda fase, cosa que el cuadro íntimo no logra hace muchos años, incluso con fracasos estrepitosos que lo colocaron muy mal a nivel internacional.

Para referirse al tema pidió la palabra Alan Cantero. "Tenemos un partido importante en la Copa Libertadores, en el que debemos seguir demostrando nuestro juego de la eliminatoria. Ojalá logremos un gran resultado en casa y podamos darle una alegría a nuestra gente", expresó.

En efecto, Gorosito, tras el colerón por la postergación del partido con ADT, prefiere pensar ahora en la Copa Libertadores, con la ilusión de que Alianza Lima empiece con el pie derecho.

El once blanquiazul que iniciaría las acciones en Matute sería el siguiente: Viscarra; Enrique, Zambrano, Garcés, Trauco; Noriega, Lavandeira, Ceppelini; Castillo, Quevedo y Barcos.

EL GUMARELO

En tanto, Libertad, que viene de empatar 1-1 con 2 de Mayo en la liga paraguaya, tiene en el "Tacuará" Cardozo a su mejor jugador de ataque, ya que es casi imposible que pueda jugar el vetereano Roque Santa Cruz, que aún no se recupera de la lesión en la pierna.

En ese caso, el once del Gumarelo sería así: Morínigo; Ramírez, Viera, Giménez, Espinoza; Campuzano, Caballero, Martínez; Franco, Melgarejo y Cardozo.

Cienciano recibe al Mineiro de Hulk

CUSCO. Cienciano empieza una nueva aventura hoy, pues debuta en la Copa Sudamericana recibiendo en el estadio Inca Garcilaso, desde las 19:30 horas al Atlético Mineiro de Brasil, por el grupo H.

El cuadro rojo presentará un once en el que el delantero ecuatoriano Carlos John Garcés y el nacional Christian Cueva, aparecen como sus jugadores más peligrosos y llamados a anotar los goles, que le puedan significar al Papá su primer triunfo en el torneo.

No obstante, al frente tendrá a un rival como el Mineiro, que si bien no le fue bien en su debut en la liga brasileña, ya que perdió 2-1 con Gremio y está en el puesto 16 de 20 equipos, cuenta en su plantel con jugadores de mucho renombre como Júnior Santos, Givanildo Vieira de Souza conocido como Hulk, y Ronielson da Silva Barbosa, Rony.

25 mil boletos vendidos para el Clásico

Alianza Lima tendrá harto trabajo esta semana, ya que no solo hará hoy su debut en la Copa Libertadores contra Libertad de Paraguay, sino que el sábado debe afrontar el clásico de nuestro fútbol contra la 'U', el Torneo Apertura de la Liga 1. El choque corresponde a la séptima fecha y se jugará el sábado a las 7:00 p.m. en el estadio de Matute. El cuadro íntimo comenzó ayer la venta de entradas para el cotejo con el Compadre, desde las 11:00 a.m., según el siguiente orden: abonados Liga1 2025 suscritos a Íntimo, abonados Liga1 2025 suscritos a Íntimo e Íntimos en general, abonados Liga1 2025 e Íntimos en general y desde las 5:00 p.m., para el público en general. Hoy continuará y los siguientes días hasta la última localidad. Los precios van desde S/44.90 hasta S/499.90. Hasta la noche ya se vendieron 25 mil boletos.



ANCELOTTI SOBRE KYLIAN MBAPPÉ

Va camino a ser leyenda

DT afirma que su pupilo está en capacidad de superar a CR7.


FOTO: DIFUSIÓN

FRANCÉS YA IGUALÓ LOS GOLES QUE HIZO CR7 EN SU PRIMER AÑO EN EL MADRID.

MADRID. El técnico italiano del Real Madrid, Carlo Ancelotti, afirmó ayer que su delantero estrella Kylian Mbappé "tiene la oportunidad" de convertirse en una leyenda madridista, a la altura de Cristiano Ronaldo.

"Es difícil comparar a jugadores distintos y decir que Mbappé va a ser capaz de lograr lo que ha logrado Cristiano Ronaldo en el Real Madrid. Tiene la oportunidad de hacerlo y eso significa que sería una leyenda del Real Madrid como lo es Cristiano Ronaldo", declaró Ancelotti en rueda de prensa previa a la vuelta de la semifinal de la Copa del Rey contra la Real Sociedad.

El astro galo, que hizo un doblete el sábado ante el Leganés, ya marcó 33 tantos con la elástica blanca, igualando la marca de Ronaldo en su primera temporada.

Ancelotti dijo que no le molestaba que se hable de que el Barcelona juega mejor. "El Barça juega un fútbol muy bonito, con intensidad, y el Madrid juega distinto, con mucha calidad. A mí me encanta el fútbol del Madrid", prosiguió el preparador antes de asegurar que es "difícil" comparar ambos estilos de juego.


FOTO: DIFUSIÓN

NO JUGARÁN CONTRA RIVER.

DI BENEDETTO, PÉREZ GUEDES Y UREÑA

'U' tiene 3 lesionados

Malas noticias para la 'U'. A las ya anunciadas bajas de Matías Di Benedetto y Martín Pérez Guedes por lesión, ayer se sumó Rodrigo Ureña, por el mismo motivo, por lo que el cuadro de Fabián Bustos no podrá contar con tres jugadores claves en el debut por la Copa Libertadoeras contra River Plate. En todos los casos, aunque el club crema no ha dicho su palabra, sucede que no terminaron bien el partido con Sport Huancayo, al que vencieron 3-1 el viernes por la Liga 1. Se recuerda que en pleno partido, Di Benedetto y Pérez Guedes no fueron sustituidos al presentar molestias, mientras que la lesión de Ureña se confirmó ayer. Bustos estaría pensando en reemplazarlos con Murrugarra, Inga y Concha.



Perú baja en ranking FIFA

Después de la derrota ante Venezuela, la selección peruana descendió dos puestos en el ranking de la FIFA, ya que de haber estado en la posición 40, ahora fue ubicada en la 42, con un puntaje de 1483. Argentna, Francia, España, Inglaterra y Brasil, en ese orden ocupan las cinco primeras posiciones.



"Confíen en el equipo"

La hinchada de Cristal no ocultá su decepción con el equipo, como lo hizo en el partido que ganó 5-0 a Binacional, por lo que viene pasando en la Liga 1. Al respecto, habló Franco Romero. "A los hinchas decirles que apoyen, no todos son iguales, sabemos que siempre están, confíen en el equipo", expresó el defensa.

FERRARI HACE IMPACTANTE REVELACIÓN

Farfán quería $1 millón


FOTO: DIFUSIÓN

QUERÍA UNA MILLONADA.

El hoy administrador de Universitario, Jean Ferrai, recordó que cuando era gerente en César Vallejo, hizo el intento de fichar a Jefferson Farfán el 2016, sin embargo no pudo, ya que la Foquita pedía un dineral. Según Ferrari, el contrato habría sido por seis meses a razón de 150 mil dólares mensuales para Farfán, lo que hubiera hecho un total de casi un millón de dólares. "Farfán me dijo 'yo estoy en Arabia, no te voy a decir cuánto es lo que yo gano, porque te vas a asustar. Te estoy hablando en serio, baratito nomás, ah, pero por seis meses porque quiero agarrar ritmo de juego'. Pidió 150 mil dólares mensuales", contó el administrador de Universitario. Y ahí quedó todo, según declaró en el podcast Enfocados.

CONSIGUE ESTA NUEVA EDICIÓN DE LÁMINAS EDUCATIVAS POR LA COMPRA DE TU DIARIO FAVORITO

Educación dinámica y efectiva gracias a el Popular y Coquito



LA MEJOR MANERA DE APRENDER ES CON UNA BUENA ACTITUD Y PERSEVERANCIA.

Alannis Castañeda Saavedra.

El Popular, junto con Ediciones Coquito, presenta una nueva colección de láminas educativas: **Coquito, mis primeras lecciones.** Podrás coleccionar, junto con tus hijos, más de 45 láminas a todo color y con actividades divertidas, ideales para reforzar su aprendizaje desde casa y así complementar las tareas de la escuela de manera dinámica.

JUEGA, APRENDE Y CREA

Las actividades o tareas dinámicas tienen mayor efectividad en el aprendizaje del niño. ¡Olvídate de los métodos tradicionales!

El futuro para una comprensión efectiva está en estimular su imaginación y creatividad mediante juegos, canciones y lecturas fantásticas con grandes lecciones al final. Por ello, el Método Coquito es uno de los favoritos de los docentes, ya que incluye en sus actividades la escritura, comprensión lectora, colorear, memorizar, entre otras tareas.



APRENDIENDO EN CASA

Ciencias Naturales

Las partes de la célula

Aunque la célula es el componente más pequeño de nuestro cuerpo y es de tamaño microscópico, también está conformada por diferentes partes. La célula está compuesta por cuatro partes, estas son:

Membrana celular: en la célula animal es lo que la recubre y la protege del exterior, mientras que en la célula vegetal, es una capa rígida y también se le llama pared celular.

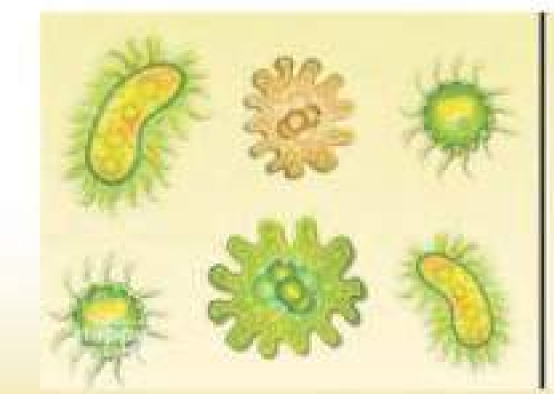


Orgánulos: en la célula animal digieren los alimentos y eliminan los desechos, y en la vegetal producen alimento o almacenan nutrientes.

Citoplasma: en las células animales es una sustancia líquida que contiene los orgánulos. En las células vegetales el citoplasma contiene la clorofila.

Núcleo: es el orgánulo más importante de la célula ya que dirige su funcionamiento.

Núcleo
Citoplasma
Membrana





EL DATO
Debes saber que no todas las células cuentan con un núcleo. En el caso de las células que tenemos en el cuerpo humano, los glóbulos rojos no tienen núcleo.

Organismos unicelulares y organismos pluricelulares

Los organismos unicelulares tienen una sola célula que hace todo, como las bacterias. Esto incluye obtener nutrientes, reaccionar a estímulos y reproducirse.

Mientras que los organismos pluricelulares (humanos, animales y plantas) están formados por millones de células de manera coordinada para cumplir funciones específicas. Los seres humanos tenemos unos 30 billones de células.

A tener cuidado
Los aceites también conocidos como los hidrogenados, tienen ácidos grasos que deterioran las neuronas. Asegúrate que los que compras no los contengan.



El dato
El agua fresca sin aditivos es la mejor opción para hidratarse.

Lo bueno de
Cúrcuma Un solo gramo de cúrcuma mejora todas las funciones cerebrales a las seis horas de haberlo tomado.



UNA BUENA ALIMENTACIÓN INFLUYE EN EL FUNCIONAMIENTO DEL CEREBRO

Refuerza la memoria de los escolares

Los niños volvieron a clases y es importante mantener el buen estado de sus neuronas.

Zoraida Peña H.

Es importante que tengan una buena alimentación para que sus cerebros trabajen eficientemente. Estos alimentos pueden ayudar a reforzar su memoria.

ALIMENTA SU CEREBRO

Agua. El cerebro, como los músculos y los riñones, contiene más concentración de agua que el resto del cuerpo. Por eso, cuando no tomas lo suficiente te encuentras más irritable, te duele la cabeza, te vuelves más lento de reflejos y no te acuerdas bien de las cosas. El agua fresca es lo más recomendable.

Frutas. La manzana roja, kiwi, peras, uvas negras, vegetales como la espinaca o el kion, ayudan a nuestro cerebro.

Alimentos con Omega3. Los pescados de carne oscura son imprescindibles.



POTENCIA SU DESARROLLO CEREBRAL PARA QUE LE SAQUE EL JUGO A LAS CLASES.





Huevos. Son de los alimentos que tienen más alto contenido en colina, sustancia que repara las membranas neuronales y evita el envejecimiento del cerebro.

Lácteos. Todos los lácteos tienen un alto contenido en calcio, cuyo déficit produce fatiga mental y nerviosismo.

Comer bien

Verena Haro (*)

INCENTIVA A LOS NIÑOS A COMER SALUDABLE

Hay diversas maneras de incentivarlos, pero todo debe ser gradualmente, enseñándoles y diciéndoles que ciertos alimentos los ayudarán a crecer y ser más saludables. Así que toma nota:

- Todo entra por los ojos, así que usemos la creatividad en la presentación del plato.
- El color de los alimentos influye en la elección del niño: sugiero incluir colores fuertes como el rojo o anaranjado, ya que diversos estudios revelan que son los colores que más aceptación tienen.
- Llevarlos a realizar las compras semanales.
- Ayudarnos en la cocina: que vean cómo preparamos la comida, pongámosles tareas fáciles como desgranar las alverjitas o pelar los huevos, y que de esa manera se familiaricen con más alimentos.

* IG: @verenaharonutricionista

COLECCIÓN: 2

Familia bien alimentada



Receta del Instituto Nacional de Salud

Jurel al sillao con camote

INGREDIENTES

- 4 filetes de jurel.
- 1/2 kg. de camote.
- Un pimiento grande.
- 4 cabezas de cebolla china.
- 2 cdtas. de ajo molido.
- Un trocito de kion rallado o picado.
- 2 cdas. de sillao.
- Sal con moderación.

PREPARACIÓN

Sancochar el camote, pelar, cortar en rodajas y reservar. Limpiar y trocear los filetes de jurel, sazonar con ajo y sal. Freír en aceite, luego incorporar pimiento cortado, cebollita china en pedazos largos, kion y sillao. Agregar un chorrito de caldo o agua y saltear. Rectificar la sal y servir acompañado del camote sancochado y arroz graneado.

Secreto del chef
Cuando uses sillao en una preparación evita usar sal o utiliza la mínima cantidad ya que el sillao contiene mucho sodio.

TIPS

1 MUÉVETE Y ACTIVA TU CEREBRO

También tus neuronas necesitan actividad. Tienes que saber que por cada hora que pases sentado debes caminar 15 minutos, así ganas salud. Además, se sospecha que la inflamación sistémica que se da cuando hay muchos kilos de más también afecta a las neuronas, deteriorándolas.



2 CONSUME ZUMOS PARA TU CEREBRO

Prepara estos zumos que ayudarán a un mejor funcionamiento de tu cerebro. Licúa pera, espinacas, kiwi y kion, te beneficia por la fibra que aporta (reduce la absorción de los azúcares) y por sus compuestos antioxidantes. Toma a diario un zumo de uvas negras, granada y naranja para asegurar una buena memoria.



3 PALTA Y CALABAZA PARA EL CEREBRO

Si compras una calabaza, no deseches sus semillas. Déjalas secar y añádelas a purés o yogures (puedes tostarlas ligeramente). Una palta mediana al día logra que el cerebro siempre disponga de luteína (también buena para los ojos), que lo mejora. Ralla la pepa para aprovechar sus compuestos químicos.



Gaturro



Sudoku

2	8	7		1	9		4	
								6
		1		5	2	9	8	
5			1	6			7	9
	4	3		2			6	
7			3			4		
	3			7		2		
1		5		8	6		3	4
8			9					5

Las 7 diferencias



Estos dos dibujos parecen iguales pero no lo son. Fijate bien y encuentra siete diferencias entre ellos.

¿Quién lo dijo?

“Una persona aburrida es la que habla cuando deseas que te escuche.”


a) Edgar Allan Poe


b) Ambrose Bierce


c) Robert William Chambers

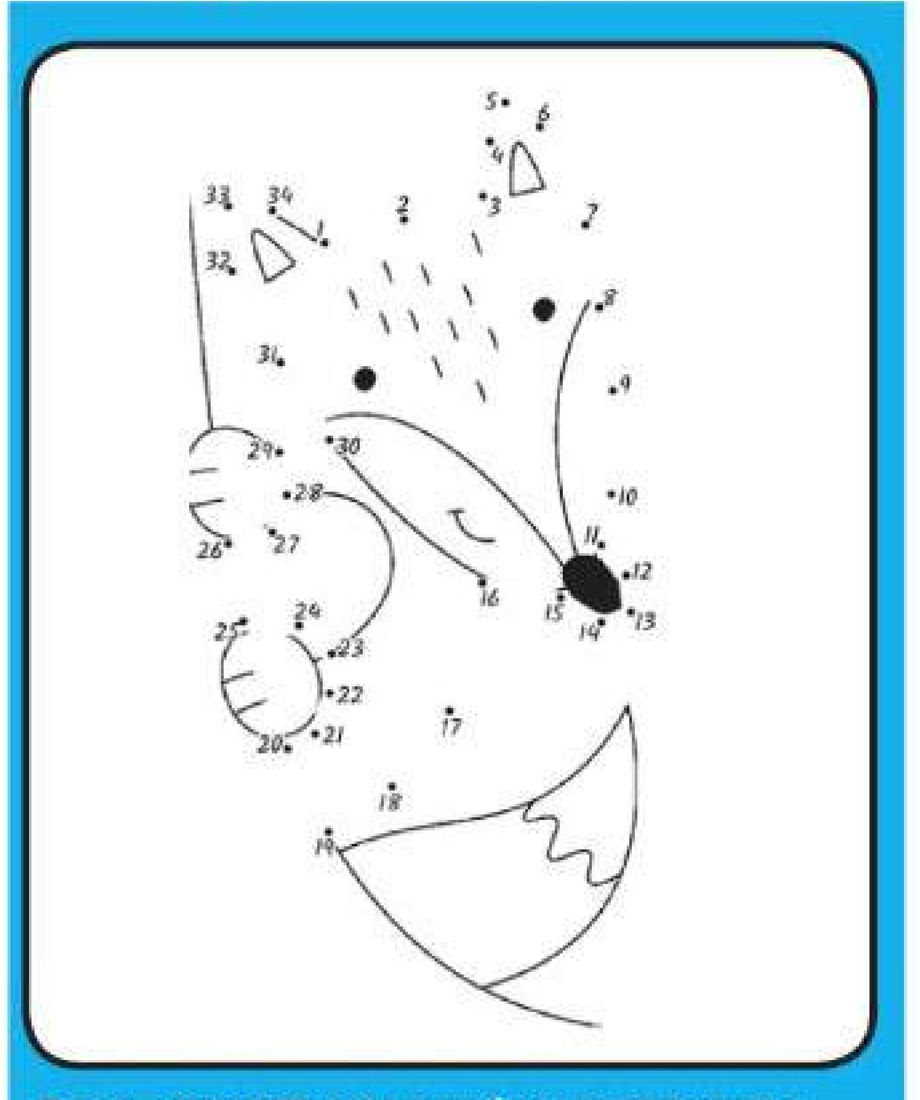
chiste

Primer beso
¿En dónde fue tu primer beso, amor? El mío fue en la playa, ¿Y el tuyo?, en la primaria. Espera, ¿tu primaria no era solo para hombres? Sí...

acertijo

Espejo en el ascensor
¿Por qué hay un espejo en el interior de algunos ascensores?

A dibujar



Para completar el dibujo traza una línea uniendo los puntos numerados en orden. Al terminar podrás colorear el dibujo.

Soluciones de ayer

MARIA
LAMAC BH
ERRATAEE
OTO ERCN
NINFATER
AL N EMERY OO
N PAJE R EL
EN LUZ A PEP
NEROL BATA
ARANI METOT
DE ARGENTINA O
ONSORETNIUQ
NICOLAS
SERES CA
E MOORE
GALINDO

Q G D K S T M A C N P E T N E I L C L A H R W B
O S B P L E Z X I D C T Q G K H M Z U V S N D A
E R I W Z E R V M C N S N C U A L I T A T I V O
E M P R E S A V L Z N T K R G D T Y S U C M F N
B P A J H I E Q I D V A R H G P R O P I E D A D
C S B K E Y Z L I R P L C O B J T F R N A S D Q
G O V I T A T I T N A U C R I S X M Z U V D I L
T F G A G R A C S E D E J K E G P Y N E L I A X
B U E T N A T R O P M I M F T M Y E K A T O B J
N Q C G S F L R H V X W O Z P I M L T M K E N I
O L C E G Y R M H Z S V D A D I M R O F N O C N
V R X E N O F D A T R A N S F E R E N C I A N C
I K O L I T Y P M C U X C Y W J T R S R N D Z U
N A U M B N R Y E I E W J R N O V Z A O O D G R
V D I G U F L O Q Z C N O P D S O N Y D I M A S
E I V W L A T N E M U C O D I T P O C E C E A O
N B K S A I C N E T S I X E C L E T H E A F C S
T L B U Y E R Q L P A J O X P D D N M V R Y W C
A D V I F T B S E P J E N X E L I U A O S C G M
R E W F V H T B A Q R D Z Q C L O M C R E Y E I
I R B P R N G T X K J I U W E T O V Y P T W X M
O R D S B C E K H F Q O Z I R A D Z M J N X G L
A V B F S O S E C O R P R U G A R A N T I Z A R
Z C X W V A S Y Q O C I T S I G O L B T F J Y B



4	9	5	6	3	2	7	8	1
3	7	6	5	8	1	2	9	4
2	8	1	4	9	7	5	6	3
7	5	2	3	4	6	8	1	9
1	6	9	2	5	8	4	3	7
8	3	4	7	1	9	6	2	5
5	1	7	8	6	3	9	4	2
6	4	3	9	2	5	1	7	8
9	2	8	1	7	4	3	5	6

El acertijo: 2,5 millones de años luz. La galaxia de Andrómeda es visible a simple vista en una noche despejada.

¿Quién lo dijo?: Jean Paul Sartre.

Sopa de letras

E	V	S	A	C	W	O	R	N	Z	P	H	Q	C	T	G	L	D	X	M	E	U	K	B
I	F	U	R	O	S	Z	M	C	Q	L	W	D	I	I	E	G	Y	A	P	C	X	N	V
K	D	U	T	I	G	N	O	L	R	S	E	L	A	B	R	E	V	T	Y	N	B	S	M
E	A	I	C	N	E	G	R	E	V	N	O	C	Q	Y	T	C	W	M	N	A	A	C	Z
I	F	E	J	A	K	X	L	V	L	N	F	M	X	D	E	R	U	Z	K	C	Q	C	I
Y	P	U	B	F	M	O	G	E	T	N	E	D	E	C	E	R	P	L	H	L	F	M	U
B	Q	R	V	L	R	E	R	F	P	S	N	W	P	U	N	T	O	D	A	A	F	Z	U
O	K	B	C	N	X	O	T	G	E	L	J	P	Q	J	Z	B	L	W	P	C	M	P	O
N	C	F	K	H	T	I	N	S	A	R	R	C	A	N	T	O	N	E	S	L	I	R	K
A	S	A	I	V	I	X	W	T	I	N	R	O	Z	B	Q	S	Y	J	E	K	V	O	O
Y	N	Z	P	B	H	F	Q	G	A	S	I	E	X	T	W	L	T	A	T	Y	Q	C	N
L	J	A	N	G	U	L	O	D	R	L	C	Z	A	Z	H	I	R	S	E	P	K	E	D
S	B	K	Y	C	V	B	L	O	Q	U	E	O	A	P	U	R	E	Z	C	N	I	S	G
E	Z	S	W	H	T	F	S	C	D	X	U	C	K	R	B	R	N	J	N	R	M	O	P
I	G	O	P	K	T	U	R	V	O	E	B	O	Q	L	C	A	E	D	O	G	M	A	O
Z	N	D	H	O	Y	E	V	H	S	T	G	I	X	S	P	C	S	M	L	W	L	A	C
A	F	R	J	B	C	H	O	Q	U	E	G	N	T	U	J	O	K	A	O	X	H	M	P
D	B	E	P	V	S	L	E	Q	S	I	N	C	K	P	J	R	F	E	G	W	X	O	R
I	D	U	C	G	T	Z	H	Y	O	X	R	I	H	O	W	R	Q	L	I	D	S	J	E
D	K	C	A	E	N	I	L	F	Z	Y	T	D	P	K	V	E	M	F	A	I	B	W	Q
I	S	A	D	I	U	J	O	L	T	N	H	A	Y	E	M	F	W	H	C	Z	L	S	Q
V	I	C	O	M	P	L	E	J	O	S	D	N	V	O	U	D	T	I	N	W	F	Y	R
I	S	E	L	K	X	S	O	M	A	R	T	Z	U	V	P	J	O	X	M	O	Q	L	A
D	H	V	Z	D	B	G	S	F	J	Y	N	I	E	C	K	N	P	U	W	S	I	R	C

BLOQUEO

- ACUERDOS
- ALCANCE
- ÁNGULO
- BLOQUEO
- CANTONES
- CHOQUE
- CIRCULACIÓN
- COINCIDAN
- COMPLEJOS
- CONVERGENCIA
- DIVIDIDA
- DOS
- FÉRREA
- FERROCARRIL
- FRONTAL
- LÍNEA
- LONGITUD
- ORGANIZAR
- POSICIÓN
- PRECEDENTE
- PROCESO
- PUNTO
- SISTEMA
- TECNOLOGÍA
- TRAMOS
- TRENES
- VERBALES
- VÍAS

Consultorio sentimental

Me engañó con la enfermera de mi mamá

VANESSA (45). Doctora Cora, hace tres días descubrí una infidelidad por parte de mi marido. Él se veía a escondidas con la enfermera que contraté para que me ayude con el cuidado de mi mamá, que está gravemente enferma. Todo empezó cuando él tuvo comportamientos extraños conmigo; ya no me besaba, ni me tocaba, a las justas me saludaba. Por lo que decidí revisar su celular a escondidas y descubrí que se hablaba de manera amorosa con la enfermera, y que tuvieron citas en varias ocasiones, llegando a tener hasta intimidad. Yo los encaré a ambos; a ella la despedí y a mi esposo le pedí el divorcio, pero él se niega a aceptarlo.



RESPUESTA

Querida Vanessa, comprendo tu indignación, y déjame decirte que haces bien en divorciarte, ya que ese tipo de acciones significan una falta de respeto y amor. Preocúpate ahora por cuidar de tu mamá y busca una enfermera de total confianza. Y un buen abogado y presenta las pruebas de infidelidad. Suerte.

Dra. Cora Song corasong@gmail.com

ASTROLOGÍA

Jhan Sandoval
Telf: 4450340/4728244
www.jhansandoval.com



ARIES: 21 mar. 20 abr.
Tienes que organizarte económicamente, podrías realizar gastos innecesarios y debes evitarlo. En lo sentimental, el temor a vivir nuevas decepciones te hace imaginar cosas que no existen.

TAURO: 21 abr. 21 may.
Los resultados que tu gestión no fueron los esperados, evaluarás los errores y todo se corregirá. No le restes atención a los asuntos personales o amorosos, hay alguien que siente tu distancia.

GÉMINIS: 22 may. 21 jun.
Tienes que ser prudente en tus comentarios, alguien podría mal interpretar tus sugerencias. En el amor, conversarás con esa persona que se distanció, podrás entender sus motivos.

CÁNCER: 22 jun. 22 jul.
No te paralices por las malas experiencias pasadas, sigue luchando por conseguir tus objetivos. En lo afectivo, las escenas de celos no deben de ser una constante, supera las inseguridades.

LEO: 23 jul. 23 ago.
Hablarás de porcentajes de dinero y pagos, si eres ordenado saldarás cualquier pendiente. Reconciliación con tu entorno familiar, vuelve el apoyo y esa sensación de paz que pensaste perdida.

VIRGO: 24 ago. 23 set.
Encontrarás soluciones inteligentes a esa situación que pensaste insalvable, volverá tu tranquilidad. No presiones reconciliaciones, esa persona necesita tiempo para meditar la situación.

LIBRA: 24 set. 23 oct.
Una persona experimentada te advertirá de las consecuencias de tus impulsos, evita la vehemencia. En el amor, no recibirás la atención que esperas si no recuperas primero tu tranquilidad.

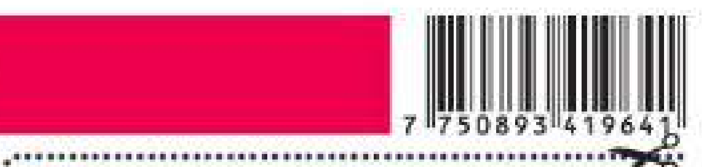
ESCORPIO: 24 oct. 22 nov.
Gracias al apoyo que recibirás, lograrás culminar labores que te habían generado gran tensión. Tu disposición para el diálogo no es tan evidente, esa persona seguirá tomando distancia.

SAGITARIO: 23 nov. 21 dic.
Aparecen opciones que te sacarán del estado de estancamiento, no pierdas tiempo y toma una decisión. Ejercer presión podría distanciar a tu pareja, controla tus celos y todo cambiará.

CAPRICORNIO: 22 dic. 20 ene.
Tendrás el apoyo del entorno para iniciar ese proyecto que parecía irrealizable, una nueva etapa llega para ti. La tolerancia de tu pareja tiene un límite, será mejor buscar la conciliación.

ACUARIO: 21 ene. 19 feb.
Estableces alianzas económicas muy favorables, llega un periodo de mayor estabilidad para ti. El retorno de esa persona no te genera confianza, evitarás vincularte hasta esclarecer sus intensiones.

PISCIS: 20 feb. 20 mar.
No te pongas en contra del entorno, necesitas de apoyo para resolver pendientes y seguir avanzando. Analizarás tus sentimientos, serás consciente de tus extremos y buscarás disculparte.



ARGON
NIQUEL
...VICTORIA ...MOLINA Y ...NEGRETE CANTANTE
REPUBLICA ARABE UNIDA
PREFIJO: DIOS
AMERICIO
ARRULLO
14 Y 19 DEL ABECE
VIOLETA, MORADO
PLATA
EMPERADOR ROMANO
EMBLEMA
ELEVADO
CUALIDAD DE VIEJO
VOCALES FUERTES
APARATO QUE SIRVE PARA PESAR
DANZA
RONALDO
PARTE DE LAS PLANTAS
BETA
RIO DE FRANCIA
REGALAR
EL (ITAL.)
CEREMONIA RELIGIOSA
CLARO (INGL.)
ARMADILLO
MONO, SIMIO
COCHE DE CARRERAS
BROMO
SOLO (INGL.)
PRIMERA PERSONA
TRIPLICADA
APOCOPE DE UNO
REMOLCA
AMUEBLAR
MINERAL EN POLVO
CINC
MAQUINAR
GAUSS
PAR DE ASES
PARECIDO
VITOR DEPORTIVO
ECHAR, ARROJAR
MAR (INGL.)
EN ESTE MOMENTO
APOCOPE DE MAMA
MUGIDO
VOCAL "A" EN PLURAL
... STONE (ACTRIZ)
OXIGENO
SUSTRAER

Vivamos más y mejor

antropología médica y nutricional
por: José Luis Pérez-Albela

www.perezalbela.pe ✆2818677 ✆936098953 @perezalbela

Colores que mejoran tu hogar y tu bienestar

Los colores además de embellecer nuestro hogar tienen un profundo impacto en nuestro estado de ánimo, salud y bienestar. Elegir la paleta adecuada para cada espacio influye significativamente en cómo nos sentimos. Cada tono tiene el poder de transmitir armonía, energía, tranquilidad o incluso aumentar nuestra creatividad.

Los colores primarios —rojo, azul y amarillo— son la base de todos los demás colores y, al suavizarlos con blanco, pueden crear ambientes cálidos, equilibrados y acogedores. Su aplicación en los distintos espacios de la casa mejora la estética y ofrece beneficios emocionales y físicos. Por ejemplo:

Sala: los tonos suaves de amarillo aportan luz, alegría y fomentan la comunicación, creando un ambiente acogedor para reuniones familiares o con amigos.

Dormitorios: los azules atenuados son conocidos por sus propiedades relajantes. Reducen el estrés y favorecen un descanso profundo, ayudando a equilibrar la mente después de un largo día.

Cocina y comedor: un rojo sutil o un tono anaranjado suave estimulan el apetito, mientras que fomentan la conversación, convirtiéndolos en espacios ideales para compartir y disfrutar de una comida.

Espacios de estudio: los tonos azulados o verdes en el estudio favorecen la concentración, la creatividad y mejoran el rendimiento intelectual, ayudando a mantener el enfoque durante las tareas académicas o laborales.

La cromoterapia demostró que los colores afectan nuestra fisiología. Los tonos cálidos como el rojo y el amarillo brindan una sensación de confort y elevan el ánimo, mientras que los fríos como el azul y el verde, relajan la mente y reducen la ansiedad.

TIP: Pinta el espacio en que mayor tiempo pase la familia con una suave combinación pastel; para ello agrega al color blanco cantidades pequeñas de rojo, azul y amarillo, mezcla suavemente y listo, a pintar.

Vivamos Felices: Lunes a viernes de 4:00 a.m. a 9:00 a.m. por Radio Felicidad
Bien de Salud: www.youtube.com/@BiendeSaludTV

LA ÚLTIMA

TENNESSEE. El deportista chileno Sebastián "Ardilla" Álvarez batió tres récords mundiales con su salto de "wingsuit" (traje de alas) desde una altura superior a la que alcanzan los aviones comerciales.



Grupo musical rinde homenaje a narco

JALISCO. Mientras México se desangra por el accionar de los narcos, la banda Los Alegres del Barranco proyectó fotografías de Nemesio Oseguera Cervantes, "El Mencho", durante un concierto que ofrecieron en Zapopan. El grupo interpretó el tema en referencia al narcotraficante, el más sanguinario de ese país, por quien el gobierno de Estados Unidos puso una recompensa de 15 millones de dólares para ubicarlo.

El momento fue compartido por usuarios de redes sociales que acudieron al evento en Zapopan.